



**NEPAL
TREKKING EVEREST**

MAYO 2010

Círculo de Viajes

Círculo de Viajes

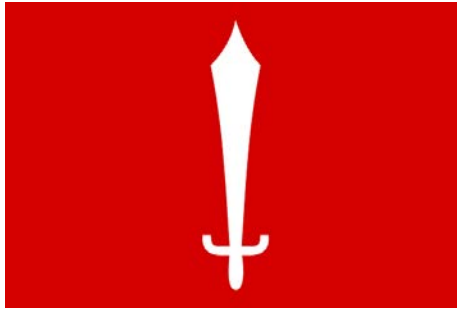
PROGRAMA DE VIAJE TREKKING NEPAL / EVEREST

DIA 01. MADRID - KATHMANDU

Presentación en el aeropuerto de Madrid para embarcar en vuelo con destino Kathmandu.
(La compañía Qatar Airways tiene ruta vía Doha, una única escala.

DIA 02. KATHMANDU

Llegada a Kathmandú y traslado del aeropuerto internacional al hotel.
Kathmandu, capital de Nepal, es también la ciudad más cosmopolita. Situada en medio del fértil valle, es una experiencia indescriptible, llena de callejuelas bulliciosas, abundantes tiendas, coloridos mercados y atrayentes templos. Kathmandu combina todos los recursos modernos y la tradición de su fascinante país.



Alojamiento en Kathmandu en el Hotel Dewarika's

DIA 03. KATHMANDU (visitas en Kathmandu y alrededores)

Desayuno en el hotel.

Día completo de visitas. Primeramente recorreremos las calles de la ciudad, "la ciudad de la sonrisa", visitando su casco antiguo desde Durbar Square, viendo el Kasta Mandap, templo construido con la madera de un solo árbol, y el palacio de la Kumari Devi, diosa-niña viviente.



Continuaremos el día visitando la Estupa Swayambunath, uno de los lugares más importantes de peregrinación para el budismo que al estar situada en una colina, se puede disfrutar de unas magníficas vistas del valle. Posteriormente nos desplazaremos hasta **Patan**, conocida como la ciudad hermosa por la cantidad de hermosos templos y sus dorados tejados. Toda la ciudad está construida alrededor de su Palacio Real. Es considerada como la cuna del arte y arquitectura del valle de Kathmandu. Patan es una de las capitales de la dinastía Malla, patrimonio de la humanidad. Famosa por sus artesanías y por su patrimonio arquitectónico, es la más antigua de las ciudades del valle de Katmandú. Refiriéndose a la belleza de sus palacios y monumentos, un escritor llegó a comparar Patan con la mismísima eternidad.



Finalizadas las visitas regreso al hotel.
Alojamiento en Kathmandu en el Hotel Dewarika's

DIA 04. KATHMANDU / LUKLA – PHAKDING (2.652m)

Desayuno en el hotel.

Por la mañana temprano se realizará el traslado del hotel al aeropuerto domestico de Kathmandu para embarcar en vuelo con destino a la ciudad de Lukla (Hillary- Tenzing Airport, 2800m.). Originalmente este aeropuerto fue concebido por Sir Edmund Hillary's como una salida ante situaciones de emergencia, en la actualizad Lukla forma parte de las principales rutas de Nepal. Durante el vuelo podremos tendremos una panorámica del Himalaya incluyendo las montañas Kanchenjunga, Lhotse y Makalu (3ª, 4ª y 5ª con más altura del mundo respectivamente.

A la llegada tendremos el encuentro con nuestros Serpas y comenzaremos la ruta hacia Phakding siguiendo el descenso del rio Phakding.

Almuerzo en Ruta.

Cena y noche en Lodge local de Phakding (2.652m)

DIA 05. PHAKDING – NAMCHE (3.445m)

Desayuno en el Lodge.

El premier día puede resultar sorprendentemente largo para algunas personas. Pero después de haber descansado en Phakding nos permite comenzar a primera hora de la mañana la subida a Namche Bazaar. A mitad de camino durante la subida podremos atisbar por primera vez el Everest. Dependiendo del tiempo si la visibilidad es clara podremos ver la cima de la cara Sur Este.

Almuerzo en ruta.

Namche es la ciudad más prospera y grande en Khumbu. Todos los sábados tiene un gran bazar donde se exponen todo tipo de mercancías como alimentos, ropa de montaña. En este lugar los sherpars así como los tibetanos de los alrededores de la frontera son los anfitriones. Thamserku (6.648m), Kwangde Ri (6187m) y Khumbila(5707m) rodean el lugar donde se asienta Namche.

Cena y noche en Lodge local de Namche.

DIA 06. NAMCHE (3.445m). DIA DE ACLIMATACION

Desayuno en el Lodge.

Durante este día estaremos en Namche para aclimatarnos a la atmósfera antes de continuar para alcanzar altitudes ms altas. El secreto de la aclimatación es "subir alto, dormir bajo". Se puede dar un paseo y subir a la pista de aterrizaje de Syangboche (3760m) o conocer el museo que se encuentra detrás del puesto de la policía. Otros preferirán disfrutar del "chill out" de los lodge.

Cena y noche en Lodge local de Namche.

DIA 07. MARTES. NAMCHE – TENGBOCHE (3860m)

Desayuno en el Lodge.

La ruta de este día (6 hrs) será una subida a través de bosques donde veremos fauna local como faisanes . Esta ruta ofrece magnificas vistas de los alrededores de Tengboche, Ama Dablam 22487/6856 m, el más bonito de los picos del Himalaya y el gran favorito de la expedición.

Almuerzo en ruta.

Cena y noche en Lodge local de Tengboche.

DIA 08. TENGBOCHE – PANGBOCHE (3985m)- DINGBOCHE (4530m)

Desayuno en el Lodge.

Continuamos subiendo gradualmente (5/6 horas), atravesando un área de bosques de pinos con escarpados y aldeas de serpas.

Almuerzo en ruta.

Cena y noche en Lodge local de Dingboche.

DIA 09. DINGBOCHE (4530m) DIA DE ACLIMATACIÓN

Desayuno en el lodge.

Durante este día realizaremos visitas por los alrededores de Dingboche.

Almuerzo, cena y noche en Lodge local de Dingboche.

DIA 10. DINGBOCHE (4530m) – LOBUCHE (4930m)

Desayuno en el lodge.

Continuamos subiendo mientras nos quedamos hipnotizados por las vistas de Tawoche y Cholatse hasta llegar a las casas de té de Lobuche. Subiremos una zona escarpada hasta alcanzar el glaciar Khumbu. Durante la subida veremos una serie de monumentos en piedra alzados en memoria de las personas no regresaron durante la expedición. La cadena montañosa de Lhotse es sencillamente imponente.

Cena y noche en Lodge local de Lobuche.

DIA 11. LOBUCHE(4930m) – CAMPAMENTO BASE EVEREST (5486m)- GORAKSHEP (5180m)

Desayuno en el lodge.

Realizaremos trekking desde Lobuche hasta el Campamento Base del Everest y Gorakshep. Será un largo día (7 horas aproximadamente) pero con una gran recompensa. Subiremos el valle y continuaremos por zonas rocosas, veremos pequeñas lagunas heladas e iceberg. Tras la últimas montañas rocosas , un corto paseo de descenso nos llevará hasta Gorakshep, en la zona llana en las faldas de Kala PATRA (5545m) y el Mont Pumori (7145 m). Gorakshep es donde está localizado el original Campo base del Everest .

El paisaje es impresionante, Nuptse, Khumbu glaciar, Lobuche, Cholatse, Mt. Pumori y Tabuche.

Almuerzo en ruta.

Cena y noche en Lodge local de Gorakshep.

DIA 12. GORAKSHEP (5180m)- KALA PATTAR (5545m)- LOBUCHE (4930m)

Desayuno en el lodge.

Hoy el trekking es desde Gorakshep hasta Kala Pattar antes de regresar a Lobuche. Por la mañana temprano subiremos el Kala Pattar para disfrutar de una espectacular salida del sol. Desde Kala Pattar tenemos vistas del Monte Everest, y muchos otros picos como Monte Pumori, Mt. Lingten, Monte Khumbutse, Monte Nuptse, Monte Ama Dablam, Monte Thamskeru y muchos muchos más.

Almuerzo en ruta.

Cena y noche en Lodge local de Lobuche.

DIA 13. LOBUCHE (4930m) – PHERICHE (4243m)

Desayuno en el lodge.

Comenzamos el regreso a través de la cadena de Dughla (6 horas). Un descenso gradual. Hay grandes vistas desde aquí: Lhotse, Ama Dablam, the Amphu Laptsa y Cho Oyu, un bonito pico piramidal, Island Peak (6136m) el mas populara y famoso de los "Trekking Peaks" (largo y difícil trekking).

Almuerzo en ruta.

Cena y noche en Lodge local de Pheriche.

DIA 14. PHERICHE (4243m) – TENGBOCHE (3860m)

Desayuno en el lodge.

Tras desayunar, muy temprano bajaremos hasta llegar a Tengboche (5- 6 horas). El camino es mayoritariamente a través de bosques pasando por las escasas aldeas de los serpas.

Almuerzo en ruta.

Cena y noche en Lodge local de Tengboche.

DIA 15. TENGBOCHE (3860m) – NAMCHE (3445m)

Desayuno en el lodge.

Desde Tengboche realizaremos una larga y escarpada bajada (5 – 6 horas) hasta llegar al valle donde se encuentra Namche. Tras los días anteriores Namche nos parecerá que nos ofrece una vida llena de lujos y comodidades.

Almuerzo en Ruta.

Cena y noche en Lodge local de Namche.

DIA 16. NAMCHE (3445m) – LUKLA (2880m)

Desayuno en el Lodge.

La mayoría de la gente regresa a Lukla (6 horas) con un pensamiento y un corazón fuerte. Hay algo especial en las pequeñas aldeas, en los habitantes de las altas montañas y valles de Khumbu.

Almuerzo en Ruta.

Cena y noche en Lodge local de Lukla.

DIA 17. LUKLA (2880m) - KATHMANDU

Desayuno en el Lodge.

Traslado al aeropuerto para embarcar en vuelo con destino Kathmandu. (Hay que tener en cuenta que los vuelos desde Lukla sufre la mayoría de las veces retrasos debido a las condiciones climatológicas, como la niebla o el viento. No obstante nuestro staff tanto en Lukla como en Kathmandu hará todo lo que esté en su mano para minimizar estos inconvenientes.

Llegada a Kathmandú y traslado al hotel.

Alojamiento en Kathmandu en el Hotel Dewarika's.

DIA 18. KATHMANDU - MADRID

Desayuno en el hotel y tiempo libre hasta la hora en que se realizará el traslado al aeropuerto para embarcar en vuelo con destino Madrid.

DIA 19. DOMINGO. MADRID

Llegada por la mañana a Madrid.

FIN DEL VIAJE.